

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов (завтрак+доп. питание) для детей инвалидов в сельских образовательных учреждениях Заинского района С 11.05.2021г. ПО 14.05.2021 г.

Стоимость питания Старшие
69,1руб./день;

№ рец	рием пищи, Наименование блюд	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углевод		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Вт, 11 мая 21			68,58	27,53	37,36	176,26	1 151,35	0,49	8,96	24,83	1,91	251,49	424,51	178,16	8,28
Завтрак			45,02	14,68	25,92	92,32	661,25	0,17	2,25	23,58	1,41	100,41	141,86	47,65	3,85
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука)	90	8,41	0,93	5	7,08	76,98	0,02	0,00	23,2	0,12	59,26	39,44	19,72	1,52
ТТК-649к	Биточки "Рябушка" с маслом	2/50/5	23,31	2,17	9,18	1,91	98,95	0,00	2,25	0,28	0,00	4,74	14,83	2,38	0,19
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,56	6,4	5,75	46,08	261,66	0,1	0,00	0,00	1,29	23,66	54,44	10,65	0,84
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/36	4,59	2,9	5,72	22,34	152,47	0,00	0,00	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Доп. питание ЗС			23,56	12,85	11,44	83,94	490,1	0,32	6,71	1,25	0,5	151,08	282,65	130,51	4,43
302/04	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	200/10	16,99	9,18	10,95	44,74	314,23	0,25	6,71	1,25	0,5	131,28	238,4	113,71	3,5
ТТК - 623	Компот полусладкий из изюма	200	3,26	0,27	0,00	15,63	63,58	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3	0,45
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Ср, 12 мая 21			69,21	38,52	22,61	153,76	972,57	0,77	5,53	24,77	1,81	1 196,39	1 398,02	345,27	10,01
Завтрак			47,33	26,88	13,19	69,02	502,28	0,2	5,48	16,29	0,91	66,43	261,16	120,14	6,02
	Десерт фруктовый Яблоко-	118	11,23	0,47	0,47	10,53	48,2	0,04	0,06	11,7	0,23	19,54	12,87	9,36	2,34
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25,11	21,09	7,64	3,79	168,29	0,08	2,56	1,29	0,66	18,82	173,95	86,68	1,61
510/04	Каша рисовая вязкая	180	6,19	2,77	4,8	24,51	152,32	0,03	2,84	0,00	0,00	12,12	39,43	8,24	0,72
686/04	Чай с лимоном	200/7	2,65	0,27	0,01	15,28	62,28	0,00	0,02	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Доп. питание ЗС			21,88	11,64	9,42	84,74	470,29	0,57	0,05	8,48	0,9	1 129,96	1 136,86	225,13	3,99
302/04	Каша молочная геркулесовая с маслом	200/5	12,53	8,06	8,75	33,13	243,49	0,51	0,03	3,94	0,81	1 114,58	1 106,97	211	2,6
372/10.	Компот из свежих яблок	200	6,04	0,18	0,18	28,04	114,51	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Чт, 13 мая 21															
Пт, 14 мая 21			69,5	26,87	33,01	203,44	1 218,19	0,7	6,68	80,72	0,87	580,57	778,01	172,74	7,05
Завтрак			49,28	15,8	22,23	105,72	686,07	0,49	0,02	78,48	0,52	445,25	504,94	146,75	5,61
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука)	90	8,41	0,93	5	7,08	76,98	0,02	0,00	23,2	0,12	59,26	39,44	19,72	1,52
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	15,40	4,46	7,9	5,37	110,39	0,01	0,00	2,64	0,14	16,18	4,67	8,32	0,48
520/04	Пюре картофельное	180	17,92	6,02	6,17	52,1	287,97	0,4	0,00	52,55	0,26	348,54	427,85	104,07	2,66
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл.с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/18	5,40	2,11	2,89	26,26	139,54	0,01	0,02	0,09	0,00	13,47	8,08	4,14	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Доп. питание ЗС			20,23	11,07	10,78	97,72	532,12	0,21	6,66	2,24	0,35	135,32	273,07	25,99	1,44
257/96	Каша молочная ячневая с маслом	200/10	14,22	7,57	10,29	42,69	293,61	0,16	6,66	1,28	0,35	124,16	243,85	14,05	0,86
ТТК №272н	Кисель из концентрата	200	2,70	0,1	0,00	31,46	126,22	0,00	0,00	0,96	0,00	3,36	4,32	1,44	0,1
	Хлеб "Дарницкий"	20	1,16	1,12	0,22	8,66	41,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48

Итого		207,3	92,92	92,98	533,46	3 342,11	1,96	21,17	130,32	4,59	2 028,45	2 600,54	696,17	25,34
-------	--	-------	-------	-------	--------	----------	------	-------	--------	------	----------	----------	--------	-------

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)	Минеральные вещества (мг)	Минеральные вещества (мг)	Минеральные вещества (мг)
	Старшие	Старшие	Белки	Жиры	Углеводы	Старшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Старшие	Старшие	Старшие		Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие	Старшие
ИТОГО ЗА 3 дней		207,3	92,92	92,98	533,46	3 342,11	1,96	21,17	130,32	4,59	2 028,45	2 600,54	696,17	25,34
В среднем в день:		69,10	30,97	30,99	177,82	1 114,04	0,65	7,06	43,44	1,53	676,15	866,85	232,06	8,45

Генеральный директор



В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству



Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам



А. Р. Хамидуллина

Зам. начальника производственного отдела



Ю.В. Будилова